VISIT…

LANZAROTE
Caliente.COM

Информационная поддержка
Межрегиональная Общественная Организация
"Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу"



ТЭНГУ

Bujinkan Russland
Budo Ninpo Taijutsu

г. Ярославль

СОДЕРЖАНИЕ

От всего сердца .... 2 стр.

В помощь изучающим нин-дзюцу .... 3 стр.

Нин-дзюцу в России
(впечатления)................................7 стр.

Поздравляем с Днем Рождения! .... 14 стр.

Будзинкан I.N.A.G .... 15 стр.

Жизнь в «Будзинкан Тэнгу» .... 24 стр.

Будзинкан Додзе Ярославль .... 28 стр.

План-семинаров на 2002 год .... 31 стр.

P/S: Копирование журнала или отдельных статей без разрешения автора и ЯРОО «Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу» строго запрещается.

«TENGU»
1/2, 2002г.
часть первая

Общественная Организация
«Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу»

Автор журнала:
Локанов А. Г.

Адрес для писем:
150010 г. Ярославль
А\я № 442
Локанову А. Г.

E-mail:
yar-tengu@vvptus.oilnet.ru
heart@pochtamt.ru

Наша WEB-страничка:
http://www.ninjutsu.ru

Макет журнала:
Компьютерная верстка
Локанов А.
Мохова И.

Информационная поддержка:
Общественная Организация
«Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу»



****

От всего сердца!

****

Дорогие друзья!

От всего сердца мы приветствуем своих друзей и читателей.

Журнал «Тэнгу» продолжает Вас знакомить с Нин По.

В 2002 году журнал «Тэнгу» посвящен изучению техники 9 школ Будзинкана.

Данная тематика выбрана не случайно: в этом году в г. Ярославле в августе состоялся IV Фестиваль Ниндзя России с участием мастера Нин-дзюцу, руководителя «Будзинкан Додзе» I.N.A.G. (Германия и Австрия) Стефана Г. Фрейлихь (10 Дан). Тема Фестиваля - традиционные Ката школ Нин-дзюцу.

В номерах «Тэнгу» мы будем подробно освещать это и другие события из жизни общественной организации «Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу», также вы продолжите свое знакомство с историей, философией, базовыми техниками, на которых основан технический арсенал Ниндзя.

Мы надеемся, что «Тэнгу» помогает Вам в изучении и понимании сложного и многогранного боевого искусства – Нин-дзюцу.

****

Свои письма
с вопросами и пожелания
направляйте по адресу:

150010
г. Ярославль
а/я № 442
Локанову А.Г.

****

В помощь изучающим Нин-дзюцу...

В этом номере «Тэнгу» мы начнем публикации, которые позволят вам лучше ориентироваться в японской терминологии.

Это связано с тем, ученики, не считают для себя обязательным учить и запоминать технику на японском языке и поэтому в процессе тренировок очень много времени уходит именно на то, чтобы ученик вспомнил, что именно его просят сделать в данный момент.

Нельзя научиться иностранному языку, если вы не будете учить буквы и слова, из которых он состоит. Чтобы понять иностранца нужно хотя бы немного понимать то, о чем он говорит. А это возможно только в том случае, если вы будете иметь в багаже своей памяти знание о иностранных словах. Так же обстоят дела и в нашем случае. Нельзя заниматься искусством Японии, объяснять каждую технику по-русски и не запоминать ее японского названия. Это может привести к тому, что для достижения понимания между инструктором и учеником понадобится много времени. Например, ученик должен выполнить по просьбе Учителя прием «Сэой-нагэ». Не применяя японское название техники, инструктор должен будет сначала объяснить: «Вася. Выполни бросок через спину с переломом руки противника в локтевом суставе», а на это может уйти какое-то время. Но если вы знаете терминологию, то вам достаточно просто поставить задачу: «Вася. Выполни Сэой-наге». Ученик выполнит технику в обоих случаях, но во втором - задача определена более конкретно и четко.

В нашей организации принято обучение технике с использованием японских названий и терминов как и во всех боевых искусствах Японии.

Во-первых, это проявление уважения к традиции и истокам боевого искусства Древней Японии.

Во-вторых, это во многом упрощает общение и понимание техники. Уже сейчас есть возможность приезда в Россию мастеров Нин-дзюцу из Европы, Америки и даже Японии для проведения семинаров и обучения. Можно не знать английский, немецкий и другие языки, но зная японские названия техник, можно понять о чем именно идет речь.

В-третьих, знание терминологии значительно упрощает общение и между учениками и инструкторами.

Вот лишь три причины, объясняющие необходимость знания японских названий.

Итак, начнем с самых необходимых понятий, которые применяются в нашей практике очень часто. Это направления и стороны движения, уровни, которые вместе с основным названием уточняют выполнение техники.

Существуют следующие направления:

Направления	Термины
ВВЕРХ	АГО
ВПЕРЕД	МАЕ (ЦЕНПО)
БОКОВАЯ СТОРОНА	ЙОКО
НАЗАД	КОХО (УШИРО)
ДИАГОНАЛЬ ВПЕРЕД (под 45%)	САЙЮ (НАНАМЭ-МАЕ)
ДИАГОНАЛЬ НАЗАД (под 45%)	КОХО-НАНАМЭ (УШИРО-НАНАМЭ)
ВНИЗ	ОТОСИ
РАЗНОИМЕННЫЙ	ГЬЯКУ
ЛЕВАЯ СТОРОНА	ХИДАРИ
ПРАВАЯ СТОРОНА	МИГГИ

Названия направлений могут обозначать направления удара, ухода, перемещения и др. Например, кохо-нагарэ – это перекат назад, ценпо-кайтен – кувырок вперед, гьяку-ценпо нагарэ – разноименный перекат вперед (движение начинается с правой ноги и левой руки или наоборот).

Существует три уровня:

Уровни	Термины
ВЕРХНИЙ УРОВЕНЬ	**ДЗЁДАН**
СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ	**ЧУДАН**
НИЖНИЙ УРОВЕНЬ	**ГЕДАН**

По отношению к человеку различают **уровень Дзедан** – голова, шея;
уровень Чудан – корпус человека до пояса;
уровень Гедан - от пояса и ниже.

Уровень может обозначать, например, в Дакентай-дзюцу куда именно, в какую область человеческого тела наносится удар и какая в дальнейшем будет защита: нападающий противник (тори) наносит удар фудокен-дзедан в голову защищающегося противника (уке), который в свою очередь уходит с линии его атаки (см. выше направления) на Кохо-нанамэ- сабаки (уход по – диагонали назад) и выполняет дзедан-уке (защиту верхнего уровня).

При выполнении Камаэ также выделяют три уровня.

Еще вы должны всегда помнить, что есть две стороны: **ОМОТЭ** (внешняя) и **УРА** (внутренняя). Например, противник наносит вам удар. Вы уходите на йоко-сабаки (боковой уход) и занимаете положение лицом к лицу с противником – это будет сторона УРА (внутренняя сторона) по отношению к противнику. Если вы уходите, и противник оказывается к вам стоящим спиной, это значит, что вы находитесь на стороне ОМОТЭ (внешняя сторона) по отношению к противнику.

Теперь перейдем к одному из самых первых разделов, который изучается учеником, как только он приходит заниматься. Речь пойдет о **РЭЙ - ХО** – приветствиях.

Если обратиться к истории Японии, то можно справедливо утверждать, что от соблюдения правил этикета и вежливости зачастую зависела жизнь человека в самом прямом случае. Если крестьянин не поклонился бы самураю, то тот в свою очередь мог свободно выхватить меч и зарубить бедного крестьянина за проявленное им неуважение. Традиции соблюдаются в Японии до сих пор.

Многие восточные единоборства уходят от своих вековых традиций и очень многое от этого утрачивают, превращаясь в спортивное состязание, не имеющее духовной поддержки прошлого.

В нашей организации все отношения строятся на правилах вежливости и соблюдение этикета. Поклоны при входе в Додзе, Учителю, друг другу демонстрируют наше уважение и готовность принять все испытания, которые предстоит преодолеть в процессе обучения. Поклон свидетельствует о нашем желании учиться и измениться не только внешне, но в первую очередь внутренне. Если вы не хотите принять правила и считаете ниже своего «Я» или просто смешным поклониться Додзе, Камидзе или другому ученику, то вы выбрали не тот путь и скоро покинете Додзе.

Теперь немного о самих приветствиях – **РЭЙ-ХО.**

Приветствия различаются по положению тела и делятся на два вида: приветствия стоя и приветствия сидя.

Приветствия стоя называются **РЭЙ (ритцу-рэй).** К ним относятся следующие приветствия:

- **ТЭНРИАКУ УЧУ ГАССО – рэй** – поклон со сложенными в молитве руками: вы стоите прямо, ноги на ширине плеч, руки на уровне груди сложены ладонями вместе. Этот поклон выполняется в том случае, если вы обращаетесь к кому-то за помощью или поддержкой.

- **КОНГО ГАССО – рэй** – поклон «Алмазной мудрости»: ваше положение подобно вышеописанному положению, только расположение рук иное – на уровне груди левая ладонь прикрывает правый кулак. На Востоке «Алмазная молния» является символом чистоты и мудрости. Такое положение говорит о том, что в ваших помыслах нет зла, они чисты, и вы не желаете своему противнику причинить ничего плохого.

- **РЭЙ** – традиционный поклон стоя: выполняется в случаях, когда вы хотите просто выразить свое уважение и почтение, извиняетесь за причиненные вами неудобства и другое.

- **ДЗИНЧУ – рэй** – поклон стоя на одном колене: вы стоите ноги вместе, делаете шаг левой ногой вперед, а правой опускаетесь на колено. Голова опущена, глаза смотрят вниз. Руки могут быть вытянуты вперед на уровне головы ладонями вниз, или правая рука, сжатая в кулак, расположена около правого колена на полу, а левая находится у левого пояса. Этот поклон выполняется в торжественных случаях, когда вам что-либо вручают в торжественной обстановке. Опущенная голова и само преклоненное положение говорят о покорности ученика и полном доверии к своему Учителю.

Приветствия сидя называются **СА – РЭЙ**.

К ним можно отнести выше описанные Тенриаку Учу Гассо и Конго Гассо – рэй. Естественно, положение сидя на двух пятках. Приветствия сидя различаются по положению, в котором человек сидит.

- **СЕЙДЗА – рэй** - приветствие сидя на двух пятках: традиционное положение для Востока. Руки расположены у бедра, локти опущены и немного прижаты к бокам. Поклон (для всех поклонов сидя) выполняется с касанием пола пальцами одной или двух рук и небольшим наклоном тела вперед, или с полным касанием пола ладонями и наклоном с касанием ладоней лбом. Взгляд всегда контролирует руки сидящего напротив человека.

- **ФУДОЗА – рэй** – приветствие сидя на правой пятке, пятка левой ноги прижата к паху. Это традиционное положение было разработано специально самураями. Эта позиция характерна для школы Синден-фудо-Рю. (сидеть можно также и на левой пятке).

- **СУВАРИГАТА – рэй** – приветствие сидя по-турецки: занимающийся сидит со скрещенными ногами (по-турецки). Руки расположены на коленях. Это положение не очень часто использовалось самураями, но оно осталось в традиции востока.

Хотелось бы немного познакомить наших читателей с одной из традиций, которой придерживаются в нашей организации. Это **КАТАДАМА**.

КАТАДАМА

Это традиционное приветствие, выполняемое в начале и конце тренировки. Учитель садится перед Камидзой спиной к ученикам и сосредотачивается. Ученики по трое, пятеро, семеро и т.д. садятся за Учителем в сейдза (число сидящих в одном ряду должно быть нечетным, это связано с тем, что по традиции Востока именно нечетные цифры считаются магическими). После этого Учитель подает три команды: «Додзе-ни рэй», «Камидза-ни рэй» и «Сокё-ни рэй». После каждой команды Учитель и ученики кланяются, выражая почтение залу, в котором им предстоит проливать пот для достижения знания, святыне зала, где обитают духи, Патриарху школы и всей цепочке Учителей, несущей знание из глубины веков. После этого Учитель и ученики произносят «Сикен харамитцу дай камьо», обращаясь к духам зала с просьбой, чтобы они направляли и помогали не навредить окружающим и самому себе, дали бы силы, упорство, необходимые для постижения знаний и преодоления всех трудностей, которые встретятся на их пути. За этим обращением следует два хлопка и поклон, потом еще один хлопок и поклон. Учитель поворачивается к ученикам и выполняется еще один или два поклона, выражающие взаимное уважение друг к другу. Кланяясь Учителю, ученики говорят «Онэгей-симасу» («научите меня» – в начале тренировки) и «Аригата гадзимасито!» («Большое спасибо» – в конце занятия). Несколько минут проходит в медитации, цель которой настроиться на предстоящую тренировку, освободить свое сознание от ненужных на данный момент мыслей.

На этом наше знакомство с традициями востока не заканчиваются. В следующих номерах Вы постепенно будете знакомиться с новыми терминами и названиями. Надеемся, что эта рубрика поможет вам в освоении и укреплении знаний, получаемых вами на тренировках, семинарах, практических сборах.

И. Мохова
А. Локанов



НИН-ДЗЮЦУ в РОССИИ ...

Нин-дзюцу: детскими глазами. Первый семинар для детей.

Семинар в Калуге.

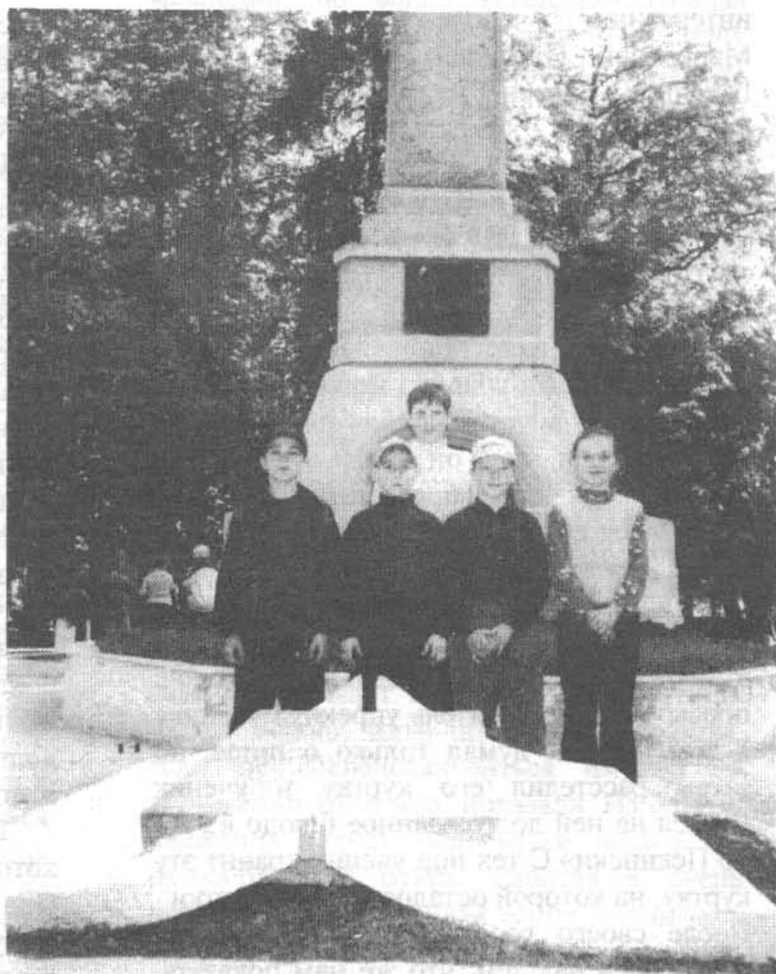
Мне понравился семинар в городе Калуга. Понравился тем, что нас обучали новым приемам, из тех позиций, которые мы учили в Ярославле. Еще я там познакомилась со многими людьми, которых я раньше не знала. Я поняла, кто какой человек, кто на что способен, кому можно доверяться, а кому нет. У нас были хорошие отношения. Мы ходили вместе гулять по Калуге, видели танк и ракеты. Катались на каруселях.

Меня заинтересовали приемы, где принимали участия мечи, ножи, палки. В первый день семинара мы целый день занимались, а потом с ребятами играли и ели. В первый день, когда мы легли спать, я долго не могла заснуть. Во второй день мы занимались уже меньше, чем в первый (до обеда). Мне понравилось выступление Ольги Марковны, ее лекция. Я узнала там многое. На семинаре были приемы с ножом, мечом и без оружия. Наш тренер (в Калуге) объяснял понятно все, что он выполнял. К нему ходит много народу, от больших до маленьких. Больше всего мне понравилось движение из трех итимондзи-но-камае. Тренер в Калуге подходил к нам с Леной и объяснял все, что было не понятно. В Калуге красивая природа, там много лесов. Семинар для меня прошел быстро. Хорошее впечатление у меня о семинаре. Семинар проводил Виктор Васильевич, мастер по нин-дзюцу. Ольга Марковна рассказывала нам о там как она ездила в Китай и про своего Учителя. Рассказывала, как там занимаются дети и взрослые. Мне понравился ее рассказ и показ упражнений. Как она делает движения и выкрики.

Она начала заниматься в большом возрасте, но достигла хороших результатов. Она занимается Чжуан Юань Ци-гун. После семинара мы ходили в парк и я каталась на лошади, на машинке, ела шашлыки, пила сок. Не хотелось уезжать, но пришлось. Доехали домой нормально. Когда мы ехали из Калуги в Ярославль я видела Сергиев Пасад. Когда мы были на семинаре, то дни были солнечными, погода хорошая, дождей не было. Спать было не очень удобно, потому что со всех сторон толкались. У нас был дружный коллектив.

У меня осталось хорошее впечатление о моем первом семинаре.

Острогина Юля. 10 лет.



Памятник и прах Циалковского

***

Перед семинаром я очень волновался, ведь я первый раз ездил так далеко без родителей. Но оказалось зря, было очень интересно. Время, которое мы были на семинаре, пролетело очень быстро.

В Калуге мы были всего два дня. В первый день мы изучали новую технику нин-дзюцу. Новым было все, даже разминка. Мы тренировались весь день. Во второй день мы закрепляли пройденное и учили опять новое. Что-то получалось хорошо, а что-то не очень. Учитель, который вел семинар был очень добрым. Он показывал все наши ошибки и как нужно делать правильно. На семинаре меня удивило, что мы ребята, которые занимаются нин-дзюцу первый год, отрабатывали ту же технику, что и старшие товарищи, которые занимаются нин-дзюцу уже по несколько лет.

На семинаре мы познакомились с интересным человеком – Ольгой Марковной. Она была несколько раз в Шаолине. Наверное, там она была очень способной и старательной ученицей, потому что у нее несколько дипломов из Шаолиня и пропуск туда. Так же ее учителя дали ей разрешение обучать других. Меня поразил рассказ Ольги Марковны, о ее жизни из Шаолиня. Больше всего мне понравился рассказ о монахе, который ушел из монастыря и 100 дней провел медитируя без пищи. Когда его спросили, как он смог выжить, он объяснил, что представлял пищу, насыщался ей и никогда не испытывал ни голода, ни жажды. Многие монахи последовали ему, начиная с небольших сроков. Однажды один ученик не выдержал и обратился к своему учителю с просьбой о еде. Учитель упрекнул ученика в том, что он думал только о пище, но затем расстелил его куртку и ученик увидел на ней долгожданное блюдо «Утка по Пекински» С тех пор ученик хранит эту куртку, на которой осталось пятно от утки. После своего рассказа Ольга Марковна задумалась над тем, что же нам показать. Она рассказала, что достигнув высокого уровня, научилась телепатически связываться со своим Учителем, и он подсказал ей, что она может нам показать. В первые в жизни я встретился с таким удивительным человеком. Надеюсь это не последняя наша встреча.

Время, которое у нас оставалась после занятий, мы играли и гуляли по городу. Там было много памятников 2-ой Мировой воины. Мы фотографировались у настоящего танка и у громадной космической ракеты «Восток». Потом мы пошли в парк развлечений. Там я в первый раз своей жизни побывал в тире. Мне очень понравилось стрелять по мишеням. Оставшееся время мы провели в кафе.

Мне очень понравился этот семинар. По возможности я обязательно поеду на другие.

Щербаков Ярослав 10 лет.

***

Один раз Алексей Германович рассказал о семинаре в Калуге и предложил нам поехать. Мне захотелось поехать на этот семинар. Я очень ждал этого дня. 25 мая мы сели в поезд и поехали в Калугу. На следующий день мы подъехали к Москве. В Москве мы пересели на электричку и доехали до Калуги. Там нас встретили незнакомые для меня ребята. Они нас проводили к спортзалу, где проходил семинар. Зал был большой, он был украшен плакатами на японском языке, а также на стене висел портрет патриарха школы боевых искусств – Масаки Хатцуми.

Мы немного осмотрелись и привыкли к залу, а потом начали заниматься. Сначала мы сделали Катадаму. Так начался семинар. Виктор Васильевич нам показывал разные болевые удержания. Мы их потом отрабатывали. Занимались мы долго. Я очень устал и мне хотелось отдохнуть и покушать.

В этот день к нам приходила женщина, которая занимается в монастыре Шаолинь. Она показывала комплекс из искусства Цигун. Потом она промывала нам почки и давала нам поток своей энергии. Она рассказывала нам о жизни в монастыре и о том, как там проводятся занятия. Ее рассказ был очень интересный.

Вечером мы покушали и легли спать. На другой день, после разминки, мы продолжили занятия. Изучали различные уходы и отрабатывали их. После обеда мы отдыхали и ходили в город. В городе мы были в парке и катались там на каруселях. Много фотографировались.

В понедельник утром мы поехали домой. Очень жалко, что семинар так быстро закончился. Мне понравился этот семинар, я изучил там новые приемы, познакомился с ребятами из Калуги. Очень хочется поехать еще раз. Я буду стараться, чтобы наш Учитель взял меня с собой на следующий семинар.

Сосин Кирилл.

Семинар в Калуге.

Семинар, как всегда, начался с дороги. Мы собрались вечером на вокзале и решили на этот раз доехать до Москвы на поезде. На этот семинар с нами в первый раз поехали наши меньшие братья и сестры, т.е. ребята из группы Учителя. Им всего по 10 лет и родители отпустили ребят в свою первую поездку, наверное, с замиранием сердца. Это естественно, ведь их чада первый раз в жизни покинули родной дом без пап и мам, без их заботы и опеки. Но сразу стоит сказать, что ничего жутко страшного с ними не произошло. Все вернулись целые и здоровые, с массой новых впечатлений и эмоций.

Мы добрались до Москвы, приехали на вокзал и здесь начались встречи со старыми друзьями. Учитель встретил своего друга, с которым когда-то давно, начинал заниматься Нин-дзюцу у Момота В.В. Они не виделись семь лет и вот снова встретились, чтобы заниматься дальше. Все дороги ниндзя когда-нибудь сходятся в одном месте. Оказывается не только у нас в Ярославском «Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу» люди приходят заниматься, пропадают на годы и возвращаются вновь. И так как это уже не единичный случай, то стоит задуматься о том, что же все таки такое Искусство Воинов Ночи и чем оно так тянет к себе. Может быть действительно в наше скоростное время, только боевое искусство дает возможность остановиться и заглянуть в себя, осветить все темные уголки своей души и хотя бы попытаться снова стать частью единой Природы, вернуться к своим корням и истокам, а не прожигать свою жизнь впустую, несясь на огромнейших скоростях больших городов, наполняя свои жизни мелочностью событий.

И вот мы добрались до Калуги, на перроне мы все собрались вместе: Москвичи, Ярославцы, Нижегородцы, Александровцы и многие другие представители нашей организации из разных городов России. Приятно осознавать, что с каждым разом появляются среди знакомой толпы новые лица. Это говорит о том, что пускай медленно, но верно Искусство Ниндзя находит свое место в России и на смену сказкам о ниндзя – убийцах приходит истинное понимание того, кем эти люди были в свое историческое время. А на основе этого понимания люди действительно приходят заниматься серьезно, желая постичь не только техническую сторону, но и раскрыть свой внутренний потенциал. И вот мы собрались на перроне. Все были рады новой встрече.

Добравшись до зала, мы быстро переоделись. Постепенно подтягивались калужане. И вот семинар начался. В течение двух дней мы изучали технику разных школ. Основной принцип семинара: «Простота и легкость движений». Пытаясь опустить свое сознание, бывает поражаешься тому, как легко можно идти та или иная техника, если не сосредотачиваться именно на заучивании того, что показали. Из одного движения может получиться целый и разнообразный букет. Работая в очень медленном и спокойном темпе, начинаешь видеть слабые и сильные места в приеме, возможные ошибки и последствия этих ошибок. Это интересно, как будто смотришь пленку и все замечаешь и видишь. Конечно, нельзя сказать, что все

получается легко. Нет, а раз так, то есть еще больший стимул к работе по совершенствованию себя. Необычно и непривычно было то, что Виктор Васильевич после нескольких техник просил выходить ребят и объяснять то, что они делали, как понимали технику, ее нюансы и тонкости. Приятно было видеть, что в момент твоих объяснений Учителя кивают головой, соглашаясь с тобой. А это говорит о том, что пускай понемногу, шаг за шагом мы действительно начинаем понимать, что мы делаем.

Первый день быстро пролетел, а впереди вечером нас ждал сюрприз. Андрей Николаевич пригласил на наш семинар с лекцией человека, о котором они с Виктором Васильевичем много рассказывали. Этот человек - их Учитель по Цигуну, получивший свои знания в Китае в монастыре Шаолинь. Глядя на невысокую хрупкую женщину в нарядной белой ушуйке с красным драконом на плече, тяжело представить, какой заряд сил и энергии может быть сосредоточен в человеческом теле. Рассказывая о своих занятиях, о занятиях китайцев в Шаолине, демонстрируя свои возможности, Ольга Марковна заворожила весь зал. Во время ее демонстрации своей связи со своим Учителем в зале царила такая тишина, что казалось можно было услышать биение сердца сидящего рядом. Наблюдая за ней, невольно проникаешься уважением к ее терпению, жизнерадостности и таланту. Приятно осознавать, что «фанатичные» люди есть в любых искусствах. Они отдают своим занятиям свое сердце и не думают о том, что получат взамен. Награда приходит сама, раскрывая их удивительные способности и возможности.

В воскресенье семинар закончился. В этот раз мы не торопились домой: мы отправились гулять по Калуге, ее маленьким и уютным паркам, отдыхая и набираясь сил после трудовых дней. Мы снова были в Парке отдыха, где уже побывали во время прошлогоднего Фестиваля и где нам очень понравилось.

Когда тебе интересно, время летит очень быстро и незаметно. Два дня пролетели почти мгновенно. Если не считать того, что утром мы опоздали на «Экспресс», то все окончилось благополучно. Уставшие, но довольные мы вернулись домой к своим делам и проблемам. А наследующий день колесо жизни завертелось с новой силой: опять тренировки, занятия, подготовка к экзаменам и Фестивалю. Жизнь не стоит на месте, даже когда вас нет…

А через несколько дней снова тянет в дорогу…

Мохова И.

И вновь мы в Калуге…

На этот семинар я стала собираться задолго до его начала, даже устроилась на работу, чтобы хватило денег на дорогу. И вдруг, на одной из тренировок я получаю травму, как раз перед семинаром. Все – на семинар не еду, день рождения отменяется.

Но к счастью для меня все оказалось гораздо лучше, чем я предполагала. Моя травма только помогла мне съездить на семинар и получить сюрприз на день рождения.

Я лежала дома и поэтому ничего не знала о готовящемся сюрпризе и была просто в восторге, когда все мои друзья вошли в мою комнату с тортом со свечками и бенгальскими огнями. Это был самый лучший мой день рожденья.

Через неделю после травмы я уже могла ходить, но плохо, не могла самостоятельно одеться, обуться. Ребята уже собирались на семинар, отдавали деньги за билеты, а моя нога все еще болела, и я решила, что с мечтой поехать на семинар надо прощаться. Лишь в самый последний момент, когда билеты были уже куплены, я почувствовала себя лучше, по крайней мере, могла ходить безболезненно. Для меня было очень сложно решить, ехать или нет. Я поехала только благодаря моим друзьям, которые уговорили меня ехать. Я полностью надеялась на них, на то, что они не бросят меня и помогут, если будет трудно. Мои надежды полностью оправдались, в чем я и не сомневалась.

Вечером в самый последний день я собрала рюкзак и поехала на вокзал. Я знала, что иду на большой риск, но очень сильным было желание поехать. Мы собрались все вместе, купили билеты на первый поезд и стали ждать его прибытия. Время шло очень медленно, моим единственным желанием было забраться поскорее в поезд и заснуть. Я была очень рада, что поехала, мое желание исполнилось: я на пути в Калугу, со мной мои друзья – все просто отлично.

Приключения как всегда начались с самого начала. В поезде я смогла поспать, пока мы ехали до Москвы. Особенностью этого семинара было то, что с нами в этот раз поехали маленькие. Пока все спали, Кирилл достал из заначки бутерброд и начал есть, хотя их только что накормили. У нас появился второй Коля Колотошин. Утром мы приехали в Москву и пересели на калужскую электричку. Для меня было очень трудно успевать за всеми, и я хромала сзади как хвостик. До Калуги мы доехали сравнительно быстро. Погода становилась все лучше и лучше: когда мы выезжали из Ярославля, там было ужасно холодно, а приехали в Калугу – там во всю светит солнышко, как будто радуется нашему приезду. На вокзале нас встретил Андрей Николаевич. Я очень удивилась, когда его увидела – он так изменился, поменяв свой имидж – просто супер!

Мы прошли в зал, и через некоторое время началась тренировка. Виктор Васильевич показывал самую разную технику, начиная с Годай-но ката и заканчивая техникой из различных школ. На каждом семинаре мы узнаем что-то новое и с каждым разом растем и совершенствуемся. В этот раз мне открылась еще одна сторона техники – ее естественность, легкость, простота исполнения. Я смотрела на Виктора Васильевича и удивлялась тому насколько все просто. Он не прилагал никаких усилий, все было под рукой, не получилось это, тут же перестраивался и выполнял другое – это мы называем мастерством. Ребята пытались выполнять технику, и что-то получалось, что-то нет. Но почти всегда не чувствовалось этой легкости в движениях. Со стороны очень хорошо видны ошибки, когда занимаешься вместе со всеми, то не замечаешь этого, а тут как бы смотришь на себя со стороны, ведь мы часто совершаем одни и те же ошибки. Я видела их и разницу в выполнении техники, меня так и подмывало встать и попробовать самой, уже основываясь на чужих ошибках.

Я записывала всю технику в подробностях, все, что говорил Виктор Васильевич, но мои записи не сравнятся с самой тренировкой. Когда мы тренируемся, не только наш мозг, но и наше тело запоминает движения, но самое главное, это то, что не занимаясь, я не могла прочувствовать технику, опробовать ее на себе, ведь многое скрыто внутри, все невозможно воспринять визуально. Например, когда человек чувствует боль, когда неудобно из-за неправильно выбранной дистанции или позиции – все это проходит мимо.

Я старалась иногда подходить к ребятам и просила, чтобы они показали мне болевую точку или удержание, чтобы самой прочувствовать это.

Кульминацией первого дня стала встреча с Ольгой Марковной – она занимается Джунь Юань Цигун и уже несколько раз побывала в монастыре Шаолинь. Меня поразил ее рассказ о том, в какой строгости там воспитываются дети. Они живут в спартанских условиях, с раннего утра до поздней ночи они занимаются. А мы всю жизнь живем в тепличных условиях, для нас неделя выездного семинара уже кажется чуть ли не каторгой. А тут дети от 6 до 16 лет! Она много рассказывала о возможностях человека. Я знала, что мы при желании можем очень многое, но такое я слышала впервые, для меня это что-то из области фантастики. Я поверила во многое из того, о чем она рассказывала, но в то, что можно передавать знания на расстоянии и что существуют другие миры во Вселенной, мне очень трудно поверить. Пока сам не попробуешь – не поверишь. Я хотела бы обладать хотя бы чуточкой таких способностей, но, как я поняла, для этого необходим большой труд, желание и даже

увлечение. Она рассказала нам о том, чем на данный момент она занимается. Я не могу себе представить, как это находиться под постоянным наблюдением другого человека. Каждую минуту, каждую секунду он видит тебя и знает все, о чем ты думаешь. Я себе могу соврать, схитрить перед собой и почти все себе прощаю, все свои грехи, а тут тебя контролирует другой человек, а не твоя всепрощающая совесть. Это очень трудно, для меня вообще невозможно.

Окончательно я поразилась, когда Ольга Марковна показала нам то, как она общается со своим Учителем. Такого я уж точно никогда не видела. Сначала я просто стояла, открыв рот от изумления. Для меня это было так необычно и интересно. Она показывала различные движения, напоминавшие то ли боевое искусство, то ли танец. Потом она показала несколько элементов с нами. Когда она водила энергию по нашим ладоням, чувствовался не ветерок, а как бы слабое давление, катившееся по ладоням. Я была поражена всем услышанным и увиденным.

Вечером мы, накормив и уложив спать маленьких, улеглись спать сами. Утром проснулись бодрые и отдохнувшие. Второй день тренировки прошел еще быстрее. Мы начали его с маленькой практики Цигун. Это помогло нам взбодриться и приступить к тренировке. Виктор Васильевич показывал нам технику разных школ, в каждой раскрывая Камаэ. Вся техника по своей сути состоит в том, чтобы перейти из одного Камаэ в другое. Техника с ножом, ханбо другим оружием; мне было трудно записать её, и я ещё раз пожалела о том, что не занимаюсь.

Семинар закончился уже в два часа дня. Москвичи разъехались по домам, а мы с калужанами решили погулять по городу. Да, я думаю, некоторые горожане надолго запомнили нас. Мы гуляли как и в прошлый раз по парку, у ракет – показывали город нашим маленьким. Калуга – очень хороший город - чистый, красивый, зеленый, тихий, там очень свежий воздух. Прогулка получилась на славу. Мы покатались на лошадях, постреляли в тире, а самые смелые покатались на центрифуге. В конце прогулки мы сидели в летнем кафе и наслаждались этими минутами. Мы очень много смеялись и разговаривали, ели шашлык, сухарики с пивом – отдыхали. Жаль только, что из калужан были только Наталья и Андрей Николаевич. Позади нас пела дискотека, и мне так хотелось танцевать. Я вспомнила летний фестиваль в Калуге и стала подтанцовывать под музыку.

Мы вернулись в зал очень поздно и стали укладываться спать. Маленьких и взрослых уложили «штабелями» на пол, а Кирилла в спальнике на лавку. Учитель, Ирина Борисовна и я легли спать около двери. Мы долго разговаривали и заснули очень поздно. Через некоторое время мы проснулись от странного звука – как будто что-то упало. Когда включили свет, то просто упали со смеху. Кирилл, спавший на лавке, свалился с нее прямо на Ярослава, а руками успел зацепиться за лавку и головой спал на ней. Ярослав при этом даже не проснулся; рядом с ним в позе Будды спал Ваня, припертый Юлей к полу. Мы потом очень жалели, что не сфотографировали их. Пока мы перемещали Кирилла на пол, он даже не проснулся и спал стоя.

Рано утром мы встали и перед поездом решили немного перекусить. Пока ели, до отправления поезда осталось 10 минут. Схватив, рюкзаки мы побежали на поезд. Для меня бежать было очень сложно, но ведь поезд ждать не будет. Когда мы прибежали на вокзал, то нашего поезда и след простыл. Можно сказать, проели мы свои билеты. Пришлось покупать билеты на пригородную электричку и ехать до Москвы в течение пяти часов. Все это время мы проиграли в карты. Поезд ехал медленно, и мы очень устали от этого.

В Москве мы немного погуляли около Ярославского вокзала, поели. Я впервые в жизни попробовала, что такое шаурма. Оказалось, что это очень вкусная вещь, а вот ачма – макароны с сыром, только в другой форме.

Мы сели на поезд до Ярославля и поехали домой. Учитель заставил маленьких писать сочинение на тему «

Моя первая поездка на семинар». Пока взрослые отдыхали, маленькие во всю трудились. У кого-то получилось быстро, а кто-то долго вымучивал каждое предложение. В течение трех дней, наблюдая за маленькими, я заметила, что у каждого из них есть свой характер. Они ещё маленькие и не умеют надевать маски, как это делают взрослые. Мы видим их такими, какие они есть. Я думаю, что Кирилл получил хороший урок, съездив на семинар. На семинаре мы живем как одна семья, у нас общая еда, посуда, нет ничего «моего», все «наше». Для них, для всех эта поездка была хорошим уроком. Они узнали, что такое семинар, что это не просто «мы поели и легли спать», а трудности, которые мы должны преодолевать.

Чем ближе мы подъезжали к Ярославлю, тем грустнее становилось на душе. Вспомнились домашние дела, предстоящая сессия, проблемы, заботы. Так не хотелось признавать, что семинар закончился.

Я очень рада, что поехала. Сейчас я понимаю, что если бы не моя травма я не смогла бы поехать на семинар из-за учебы. Так что я должна быть благодарна судьбе за это. Я поняла на этом семинаре еще и то, что у меня есть настоящие друзья, которые меня всегда поддержат в трудную минуту. Спасибо им за это!

Львова А.





Поздравляем всех своих друзей с Днем Варенья!




Желаем Вам успехов во всех ваших начинаниях, упорства в тренировках, приобретения Знания и Умения, изгоняйте из себя свою лень и очищайте свое сердце от всякой гадости.

Чижова Юлия – 02.05.82г.
Орлов Станислав – 02.05.87г.
Локанов А.Г. – 14.05. 1971г.

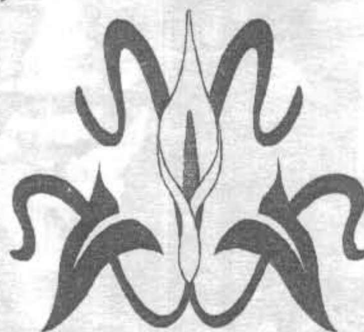
Киселев Дмитрий – 14.05.84г.
Львова Анастасия – 17.05.83г.
Кольцов Алексей – 20.05.84г.

Старчиков Александр – 21.05.80г.
Тихомиров Михаил – 25.05.74г.

Котенев Александр – 04.06.79г.
Бухаревич Юлия – 06.06.88г.

* * *

Желаем успехов, желаем удачи,
Легко отдыхать и тренироваться с отдачей,
Чтоб от общенья друзей только радость случалась,
Чтоб все выходило и все получалось.



* * *

Желаем счастья, шуток, смеха,
Здоровья, радости, успеха,
Еще прожить немало лет,
Не зная горя, слез и бед.



БУДЗИНКАН I.N.A.G.

Первая встреча с Сенсеем Стефеном Фрелихом.

Однажды Учитель на одной из тренировок сказал, что в мае в Вильнюсе снова состоится семинар, который будет проводить его Учитель – Стеффен Фрейлих. Это был уже второй семинар в Литве, который организовывали Зенонас и его ученики. Уровень преподаваемой техники на литовских семинарах был не особенно высок, но для Учителя это была возможность встретиться и пообщаться со своим Учителем. Неожиданностью стало то, что Учитель предложил нам поехать с ним. Это действительно было неожиданно. Для меня, когда я слушала рассказы Учителя о своих прошлых поездках, рассматривала фотографии с семинаров, все это казалось настолько далеким и нереальным, как сказка. Я не могла даже предположить, что когда-нибудь эта сказка может исполниться и стать явью. (хотя Учитель много раз говорил, что для нас единственная возможность увидеть и позаниматься у сэнсэя Фрейлиха – это поездки в ближнее зарубежье: Литва; Украина; Венгрия). Это было настолько заманчивое предложение, что аж захватывало дух. Но наша серая реальность опустила на землю: не было денег на поездку, у ребят не было загранпаспортов, а времени на их изготовление и получение визы, заказ билетов оставалось очень и очень мало. Почти до последнего момента мы не знали успеем ли все сделать или нет. В течении апреля мы искали средства на поездку. Сам семинар стоил 115 евро (это около 100 долларов США), это не особо дорого, если учесть уровень мастера, проводившего семинар, количество людей, участвующих в нем, и затраты организаторов на его проведение. Но нужно было сначала добраться до места назначения, где-то жить в течение 3 – 4 дней, питаться, вступить в «I.N.A.G.» и сдать экзамен, участвовать в других мероприятиях, заказать видеокассету с семинара, фотографии, да и просто погулять по городу. Сумма для нас набегала приличная и приходилось занимать у знакомых и родственников. Но вот все уже позади: паспорта получены, визы оформлены, билеты на руках, рюкзаки и сумки собраны, осталось только ждать назначенной даты. Время, которое до этого тянулось как резина, понеслось галопом.

И вот день отъезда. Мы встретились на ост. «Московский вокзал» и все вместе поехали на железнодорожный вокзал. Сев в поезд, мы обнаружили, что Учитель забыл адрес и телефон Зенонаса и наши рекомендательные письма для сэнсэя Фрейлиха дома, а Макс лишил нас завтрака, оставив дома пакет мюсли. С такими потерями мы отправились в наше первое зарубежное путешествие. Всю дорогу до Москвы Учитель сидел со словариком немецкого языка и писал нам рекомендации заново. Несмотря на то, что пришлось встать очень рано, спать не хотелось, нетерпеливое ожидание не давало спокойно сидеть на месте. Казалось, что хотя ты сидишь в поезде, но твои мысли уже были там на семинаре и все новые и новые картины развивались перед внутренним взором.

Приехав в Москву и добравшись до Белорусского вокзала, мы сдали вещи в камеру хранения и отправились гулять по Москве. Мы решили поехать на Красную Площадь и немного погулять по Арбату. На Арбате мы нашли игровые автоматы и очень долго катались на лыжах,. участвовали в стрельбах и мотогонках. Там вдруг неожиданно раздался звонок моего телефона. Я даже несколько растерялась и не успела на него ответить, пытаясь достать телефон из кармана куртки. Потом оказалось, что это звонил Андрей Николаевич, чтобы пожелать нам счастливого пути. Через него мы смогли узнать телефон Зенонаса, который потом нам все равно не помог. Несколько часов мы отдыхали, прогуливаясь по Арбату, наблюдая за жизнью художников, блошиного рынка и маленьких ресторанчиков, расположенных один за другим, слушая живую музыку. Недалеко от Красной Площади мы посетили торговый центр и бродили по его этажам как в музее. На втором этаже мы зашли в музыкальный магазинчик и слушали музыку через наушники посредством компьютера.

Мы нашли одну группу, музыка и пение которой напоминало чтение мантр, в наушниках они были настолько объемны, что казалось, будто ты растворяешься в глубине их голосов.

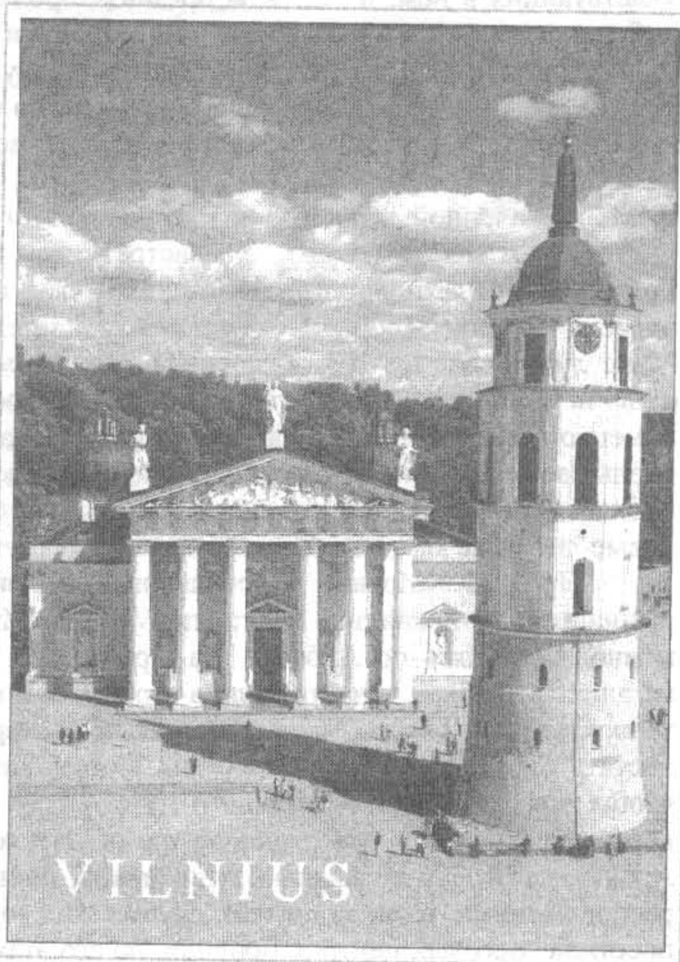
Но вот время отдыха подошло к концу и нас снова ждал вокзал и поезд, который отвезет нас в Вильнюс. Мы ехали в течении пятнадцати часов. На границе суровые пограничники и таможенники проверили наши документы и грозно спросили о цели нашего визита. Но вот все преграды позади и в семь часов по местному времени мы прибыли на вокзал Вильнюса и вступили на литовскую землю. Первое, что сразу бросилось в глаза, чистота и порядок. Поразило то, что когда мы были на вокзале, перрон не просто подметали, чтобы не было мусора, его мыли швабрами с мылом.

Мы позвонили Зенонасу, но связаться с ним мы не смогли (потом оказалось, что у него сменился номер телефона), нам пришлось положиться на память нашего проводника – Учителя. Мы прошли через весь город: от железнодорожного вокзала через мост до самого дома Зенонаса, по дороге любуясь красотой Вильнюса и восторгаясь его брусчатой мостовой. По пути мы пытались разузнать что-нибудь о гостиницах, чтобы потом лучше ориентироваться в ценах. Не могу сказать, что к нам относились с враждебностью как к русским. Люди, с которыми мы общались во время нашего пути, попадались отзывчивые и пытались нам помочь. Русский язык в Литве еще помнят, и поэтому проблема языкового барьера перед нами не вставала. Даже потом, в ходе семинара ребята из Литвы переводили нам на русский то, что говорил сэнсэй Фрейлих.

Добравшись до Зенонаса, мы обнаружили, что там уже были гости. Так мы познакомились с Зенонасом, Андреасом и Ингой из Латвии. Андреас и Инга занимаются Джиу-джицу, а Нин-дзюцу для них – это хобби, которым они занимаются по воскресеньям.

Оставив веши дома у Зенонаса, мы, вооружившись фотоаппаратами, отправились гулять и осматривать достопримечательности Вильнюса.

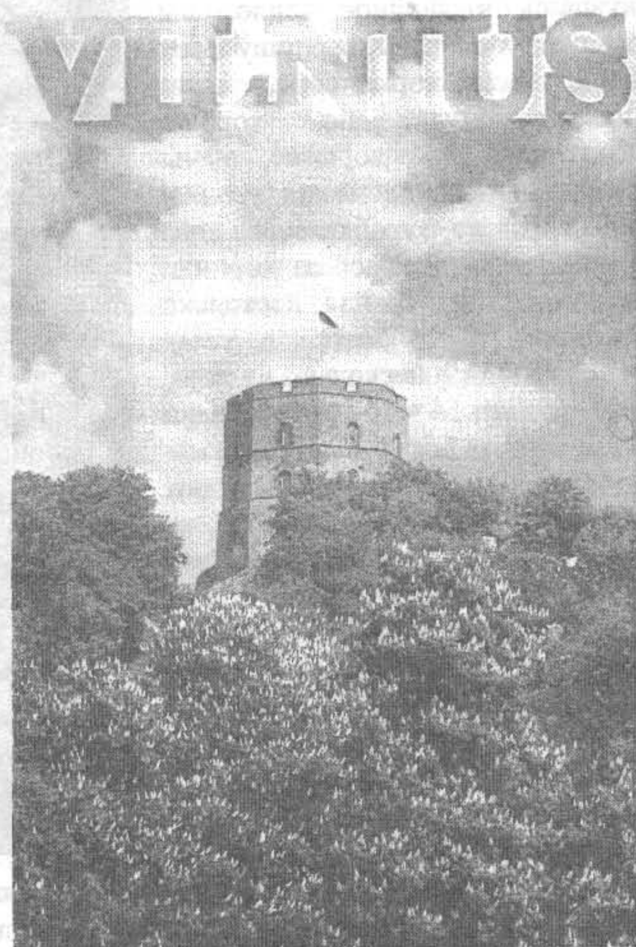
Сам по себе город очень красив: дома с различными барельефами сочетаются со зданиями в современном стиле, брусчатка плавно переходит в асфальт, очень много соборов. Вильнюс расположен в холмистой местности и очень красиво смотрятся на холмах отдельно стоящие дома, которые сами по себе уже были украшены то скульптурами, то высокими белыми колоннами. Среди серых домов очень много зелени и цветов: в России листва еще только начинает появляться, а здесь все уже распустилось и цветет. Вишня, каштаны, черемуха и сирень красочными вкраплениями добавляли в зеленые цвета разнообразие, яркие тюльпаны и нарциссы дополняли красочную картину. Стоящие на улицах цветочницы с букетами цветов самых разнообразных оттенков яркими пятнами оживляли тенистые улицы. Чистота и красота города приятно радовали глаз и располагали к отдыху. Хотелось немного погулять и посидеть в каком-нибудь уютном сквере. Побродив немного по городу, мы отправились в католический собор.



Огромное белое здание с колоннами напоминало театр. Но наличие на его ступенях нищих и калек, просящих милостыню, говорило о том, что это Храм Господа. Очень сильное впечатление осталось от посещения католических соборов Вильнюса. Зайдя во внутрь, мы ощутили вековой холод, исходивший от стен. Внутри не было икон, свечей и подобной атрибутики, присущих православным церквям, не пахло ладаном или какими - либо другими благовониями. Все было величественно и спокойно. Стены украшали прекрасные картины, изображавшие разные периоды из истории города, войн, литовских королей.

В отдельных небольших помещениях, расположенных справа от входа, располагались усыпальницы и, возможно, комнаты для высшего духовенства. Не было излишней строгости, люди ходили и осматривали собор, как будто это был простой музей, делали фотографии, снимали на видео, экскурсоводы рассказывали об истории Литвы, о королевских династиях. Напротив входа в глубине зала был расположен небольшой отгороженный невысоким парапетом зал, в котором находился алтарь (если провести аналогию с нашей церковью). Все было украшено цветами, электрические свечи возвышались над всем этим убранством, в углу скромно стоял небольшой синтезатор. С левой стороны был расположен трон под красной богатой тканью, строгие ряды скамей заполняли пространство. Наверное, это место было предназначено для избранных.

Напротив алтаря над входом в собор располагался орган, который поражал величием и строгостью своих форм.

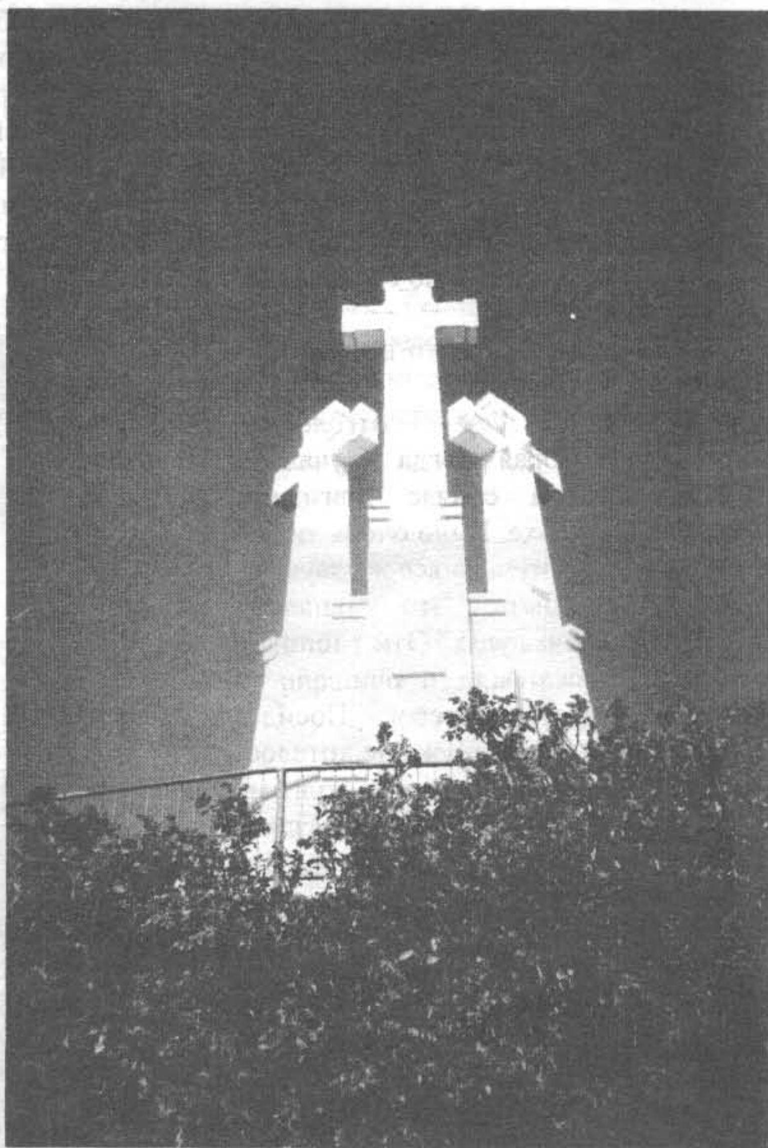


Хотелось просто присесть на скамью, закрыть глаза и прислушаться к отголоскам музыки, которая когда звучала в этом зале, а сейчас призрачно витала в воздухе. Было очень тихо и спокойно, но музыка все же звучала, может быть это напевала восторженная душа. Эти тишина и музыка успокаивали и очищали от мирской суеты и тревог. Посидев немного на скамье, уже не хотелось идти на свет, туда, где толпами сновали люди и бурлила праздная жизнь города. Но нужно было идти дальше. Выйдя из кафедрального собора, мы слились с толпой и продолжили свое знакомство с достопримечательностями города. Теперь наш путь лежал на один из холмов, рядом с собором. На этом холме высоко - высоко на фоне ослепительно голубого неба стояла сторожевая башня, оставшаяся от старой крепости Вильнюса. Широкая дорожка из грубых камней как серпантин вела в старый Вильнюс.

Мы поднимались вверх и перед моим взором, как в старой кинопленке, проходили рыцари в доспехах и их мощные кони цокали по булыжникам копытами. Может быть этого и не было на самом деле, но мое воображение рисовало в тот момент именно такую картину. И эта картина была естественна в сочетании с окружающей нас обстановкой.

Мы поднялись на холм и перед нами открылась великолепная панорама: город лежал далеко внизу, сквозь густую листву виднелись купола и остроконечные шпили церквей и соборов, сочетание старого и нового было гармонично.

Когда мы поднялись на башню по крутой винтовой лестнице, город открылся перед нами во всем своем величии. Но стоило посмотреть в другую сторону, как картина резко изменилась: перед нами лежал современный город с многоэтажками, трубами заводов и тому подобными вещами. Это был новый Вильнюс. Река была границей, которая делила город на две части: старый и новый. Повернувшись в третью сторону, мы увидели вдалеке на высоком холме три ослепительно белых креста и решили, что обязательно вскарабкаемся туда. Пока мы находились на верху башни, резкие порывы ветра набрасывались на нас со всех сторон, растрепывая нам волосы, забираясь под одежды. Под порывами ветра было холодно.



Поразительный контраст: на верху – сильный ветер, внизу (у подножия холма) – жара и почти полное безветрие. Спускались вниз мы дольше, чем поднимались. То, что раньше не казалось крутым, сейчас оказалось несколько крутовато. Вернувшись в знойное тепло, мы отправились покорять вершину Трех Крестов. Все нормальные люди добирались туда по хорошо заасфальтированной дорожке, а мы как всегда не искали легких путей и пошли напрямую, карабкаясь по едва заметной тропе, держась за корни и стволы деревьев. Пройдя несколько десятков метров налегке и устав словно ходили несколько часов, можно понять что чувствовали ямабуси, отправляясь в путешествие Мино-Ири к местам, где обитают Ками - духи. Небольшой пятачок, на котором находилось это памятное сооружение, был расположен среди деревьев, но несколько выше их, и поэтому с холма открывался замечательный вид. Мы видели собор, в котором уже побывали, башню, с которой спустились совсем недавно. Но в основном под нами было зеленое море деревьев.

Полюбовавшись этой красотой, мы стали спускаться вниз, опять же не как все нормальные люди, а напрямую. Надо сказать, склон был очень и очень крут. Приходилось спускаться, держась за деревья, корни. Учитель даже поскользнулся и немного поцарапал ногу. Но все-таки мы благополучно добрались до земли. Возвращались домой мы другим путем и зашли в очень старый католический собор в готическом стиле. Он был построен в 16 веке и до сих пор хранил свои тайны. Стены из красного кирпича, цветные витражи, памятные надписи, полуразрушенные усыпальницы, замурованные в стенах, белые стены с остатками фресок и картин, изображения и скульптуры мифических животных, величественный, но поломанный орган – все это говорило о древности собора.

Но леса, возведенные внутри, плакаты и рисованные полотна говорили о том, что собор медленно возвращается к жизни. Удивительная тишина и спокойствие царили в этом полуразрушенном храме также как и в действующем соборе, где мы были раньше. Все таки энергия и сила, пропитавшие за века камни, никуда не ушли, и в соборе ощущалось присутствие этой силы, дающей успокоение. Состояние, охватившее в моменты посещения душу, трудно описать, чтобы понять его нужно хотя бы один раз побывать в любом католическом соборе, вдохнуть его атмосферу и послушать его тишину. Мне бы очень хотелось побывать на католической проповеди и послушать звучание органа. Жаль, но такой возможности не было.

Несколько часов мы бродили по улицам Вильнюса, любовались его красотой и чистотой. Потом позвонили Зенонасу и узнали, что пора возвращаться и устраиваться на квартире, которая была для нас специально снята. Обратно возвращались мы уже знакомой дорогой. У Зенонаса мы познакомились с его учениками, которые отвезли нас к месту нашего временного пристанища. Оказалось, что мы будем жить в центре города, что было очень удобно, если бы мы захотели еще погулять по Вильнюсу. Квартира, в которой мы временно расположились, была небольшой, хотя состояла из 2-х комнат и маленького кабинета, но очень уютной и домашней. Позже к нам должны были присоединиться еще ребята из Латвии, но потом они отказались и все это время мы жили там вчетвером, что для нас было очень удобно. Поздно вечером к нам на огонек заглянули Зенонас и его ученики. Мы немного посидели и пообщались. Зенонас и ребята немного рассказали о том, как они тренируются. Дорога и разница во времени сказывались на нас, хотелось отдохнуть, но ожидание встречи с Мастером будоражило. Посидев немного, мы разошлись по своим комнатам.

Утром глаза сами собой открылись и я увидела перед собой крадущегося Учителя с подушкой в руках, наверное, он хотел нас разбудить таким образом, но в этот раз ему это не удалось. На этот раз «сакки-тэст» был пройден успешно. Только мы успели привести себя в порядок, позавтракать, собрать необходимые для тренировки вещи, как раздался звонок в дверь. Это приехал Угнюс и привел нам нашего проводника – девушку по имени Раса, которая должна была отвести нас в зал, где пройдет первый день семинара. Зал располагался в новой части Вильнюса, и нам пришлось добираться до него на троллейбусе. Когда мы приехали, в зале находились уже знакомые и еще незнакомые нам люди. Мы познакомились с женской половиной и девчата сразу нам все объяснили и показали, где и что находится. Когда мы переодевались, приехал сэнсэй Фрейлих. Я увидела его в дверях зала, а потом услышала его голос, обращенный к Учителю: «О! Алексей! Алексей!» Все было именно так, как рассказывал нам Учитель, даже акцент и интонации. Вот так рассказанная раньше сказка начала оживать и становиться реальностью. Потом Учитель представил нас, своих учеников, сэнсэю Фрейлиху и отдал наши рекомендательные письма. Прямо при нас сэнсэй Фрейлих оформил будо-паспорта и вручил их нам. На семинаре мы были уже полноправными членами его организации «Будзинкан Додзе И.Н.А.Г.» Германии. В тот момент слушая беседу двух Учителей, в глубине сердца зародилось новое чувство, похожее на возвращение домой, в свою семью после долгого отсутствия. Это было очень приятно. От излучаемого тепла и спокойствия этого большого человека хотелось просто прижаться к его груди щекой и закрыть глаза, чувствуя себя защищенным. Чувство гордости переполняло меня – мы стали маленькой частью большого Будзинкана – это большая честь и я рада, что мы оказались достойны ее.

И вот семинар начался. Его темой была школа Такаги Йошин-рю. Поначалу было трудно понять то, о чем вообще говорилось на семинаре. Переводчик переводил с немецкого на литовский, но для нас эти слова были просто набором абсолютно непонятных звуков. Сэнсей Фрейлих заметил наши печально – удрученные и ничего не понимающие физиономии и попросил литовцев переводить нам то, что было и будет сказано в ходе занятий. Благодаря его внимательной заботе мы получили переводчиков, к которым потом буквально «приклеились». Учитель переводил нам немного с немецкого. Таким образом,

тучи непонимания над нашими головами постепенно развеялись, а к концу семинара мы уже почти не слушали переводы, а наблюдали за движениями, пытаясь понять и схватить их. Большое спасибо нашему Учителю за его помощь, которую он оказывал нам, объясняя нам показанную технику, ее нюансы. Без его поддержки и помощи нам пришлось бы нелегко. В течение нескольких часов мы работали технику этой школы. Как я поняла, вся техника школ Нин-дзюцу основывается на Камаэ, Годай, Кихон-Хаппо. Меняются только внутреннее содержание и принципы школ. Благодаря тому, что с этого года Учитель ведет наше обучение в традиционном свете, я начинаю понемногу замечать разницу в выполнении той или иной техники. Создается впечатление, что в темноте начинает пробиваться первый малюсенький отблеск света. Тренировка в первый день длилась всего лишь часа 4 или чуть больше. Эти несколько часов пролетели незаметно. Сэнсей Фрейлих демонстрировал и объяснял технику, затем он давал несколько минут на то, чтобы мы смогли повторить ее. Но время на повторение было настолько мало, что подчас только один из пары успевал повторить ее. Было очень непривычно и тяжело работать в таком темпе. На наших семинарах Учителя дают больше времени на то, чтобы ученики поняли и смогли немного поработать над приемами. Сначала я пыталась запомнить все, что было показано. Но такой объем информации очень быстро загрузил мозг, и все только запутывалось и смешивалось в одну беспорядочную кучу малу. Под конец первого дня я очень сильно устала, но не от физической работы, а от напряженного внимания и осмысления того, что видела. Выражу, надеюсь, наше общее мнение: уровень подготовки российских «ниндзя» намного качественнее, чем у литовцев и латвийцев. Литовские ребята в большей степени занимаются трюками и выступают порой в качестве каскадеров. Они умеют прыгать с электричек и машин, знают техники охраны лагеря, ездят в летний лагерь и работают в природных условиях на выживание. Их тренировки очень специфичны, они многое умеют, но они не особенно хорошо знают и мало тренируют технику Камаэ, Годай, Кихон – Хаппо. Это не похвальба в наш адрес, но именно благодаря пристальному вниманию и требовательности наших Учителей мы знаем базовую технику Нин-дзюцу (Камаэ, Годай-но ката, Кихон – Хаппо-но ката). И пускай мы занимаемся позитивной стороной или Юнан Ундо, как говорит Учитель, именно знание базы помогает порой понять от куда идет исток и к чему ведет техника.

После тренировки уставшие, но в ликующем состоянии духа, мы вернулись домой. По дороге мы зашли в большой магазин и приобрели себе ужин, который оказался в дальнейшем праздничным. Придя на квартиру, приведя себя в порядок и расположившись в креслах для отдыха, мы уже знали, что сэнсей Фрейлих присвоил нашему Учителю 3 Дан, и готовились отметить это событие, а также расслабиться перед нашим предстоящим экзаменом. Мы долго сидели около маленького столика и обменивались своими впечатлениями от встречи с Мастером и пережитого дня, а также вспомнили и записали всю технику, которую выучили за этот день. Спать не хотелось, но на следующее утро нас ждали тренировки на свежем воздухе и экзамен, и восстановить свои силы и отдохнуть было все таки нужно.

Утром следующего дня меня разбудил тихий разговор Учителя и Макса. Разобрать слова было трудно, так как голоса слышались очень тихо и вдалеке, но было понятно, что речь идет о событиях, которые с нами происходили в эти дни. Рано утром, позавтракав, мы отправились пешком через весь город в парк, где должен был состояться второй день семинара. Мы пришли на поляну в 8 часов, чтобы успеть размяться и повторить немного материал прошедшего дня. Мы размялись, немного поработали Тайхен – дзюцу. Судя по тому, что к нам подошла Инга и попросила еще раз продемонстрировать кувырки и падения, чтобы снять все это на видеокамеру, для них это зрелище было в диковинку, хотя мы просто повторили то, что обычно отрабатываем на наших занятиях. Размявшись, мы начали повторять технику. Благодаря тому, что вечером мы вспомнили и записали почти весь изученный материал и объяснениям нюансов Учителем, мы смогли достаточно быстро сориентироваться и проработать почти все ката. Позанимавшись часик, мы немного усталые

и потные от припекающего к черному кимоно солнца расположились в тени деревьев и слушали беседу Зенонаса и Учителя. День обещал быть жарким, и сейчас мы просто наслаждались прохладой и холодной минералкой. Семинар должен был начаться в 11 часов и ребята не торопясь подходили, переодевались и включались в работу. Вскоре все собрались и ожидали приезда сэнсея Фрейлиха.

И вот он появился на тропинке в сопровождении переводчицы (очень приятной и симпатичной женщины) и ее мужа. Сэнсей был уже одет в кимоно и, переодев обувь, был готов начать семинар. В этот день мы очень много работали с оружием, основываясь на изученной ранее технике. Прозанимавшись 2 часа под палящим солнцем, мы здорово устали и у многих из нас физиономии сильно загорели. После небольшого получасового перерыва состоялся экзамен. Сдающих экзамен было около 15 человек. Нас посадили в один ряд и по очереди вызывали для демонстрации своих знаний. Если сравнить то, как проходят экзамены в Ярославле и этот экзамен, то экзаменом назвать это мероприятие вообще наверное не стоит. Это больше было похоже на небольшое тестирование того, кто что знает. Учитель много рассказывал о том, как сдавал экзамен он сам. Картина была просто ужасающей. Особенностью является то, что твоим партнером должен быть человек более высокого уровня чем твой. Поэтому и сейчас в партнеры для нас были предложены «черные пояса», т.е. люди имеющие как минимум 1 Дан по Нин-дзюцу. И еще твой партнер должен был быть незнаком тебе. Мы втроем (Инга из Латвии, Наталья и я) сдавали экзамен самыми последними. Нам было предложено выбрать партнера с черным поясом и продемонстрировать ряд техник. Я работала в паре с Андреасом из Латвии. Мы демонстрировали Годай-но ката, Каэси-вадза от Ганseки-нагэ и немного поборолись в кумиючи с мечами и танто. Если честно сказать, было очень интересно и даже смешно и весело. В общем экзамен был нарисован более страшным, чем оказался на самом деле. Минут через 15 нас поблагодарили и отправили на свои места. Было такое состояние, словно ты не понял, что же все таки случилось. Нам объявили результаты и оказалось, что все из присутствующих экзамен прошли успешно. Радостные и довольные до поросячьего визга мы поздравили друг друга, и на этом семинар был закончен. После традиционного фотографирования мы собрали свои рюкзаки и всей толпой отправились по домам.



Но на этом семинар еще не закончился: вечером нас ждала новая встреча в ресторанчике с традиционной литовской кухней. Довольные мы шли рядом со своими Учителями и ощущали себя частицей одного целого, имя которого «Будзинкан». Именно в тот момент что-то изменилось в моем восприятии окружающих меня людей. Все мелочи и склоки жизни были пылью, которая оседает на нас, затмевая сияние наших глаз и гася теплоту сердец. В чем именно произошла эта перемена трудно сказать, но восприятие моих друзей стало более терпимей и спокойней. Мы прикоснулись к чему-то большому и стали его частью. А зачем единому дробить само себя?

Вечером мы встретились с Аурой и Аней и вновь отправились гулять по Вильнюсу, нагуливая аппетит. В назначенный час мы подошли к месту сбора. Сэнсей Фрейлих уже находился в ресторане. Увидев Учителя и нас, он приветственно помахал рукой. Мы уселись напротив Учителей и на протяжении всего вечера слушали их беседу. За два дня сэнсей Фрейлих рассказал об очень многих интересных вещах: о Катадаме, о сюгендо, о своих практиках покорения стихий и о многом другом. Я сидела и слушала, затаив дыхание, пытаясь понять, о чем он говорит по-немецки. То, что я могу вот так запросто сидеть за одним столом с таким Мастером и прекрасным человеком, Учителем моего Учителя, было настолько сильное потрясение для меня, что я просто сидела, смотрела на своих Учителей и слушала, слушала… Время казалось застыло на месте и вокруг никого не было. Как будто незримая сфера покрывала нас, отгораживая от других. Ощущение спокойной уверенности и тепла исходило от этих людей. Не было в тот момент в голове никаких вопросов, да они и не были нужны в тот миг. Я просто сидела и наслаждалась той маловероятной возможностью находиться в окружении таких людей. Могла ли, придя впервые в Додзе, подумать о том, что когда-нибудь через несколько лет смогу поехать заграницу на семинар, тренироваться, стать членом «Будзинкан», успешно сдать экзамен, а потом сидеть вот так запросто за одним столом с Мастером такого высокого уровня. Вряд ли!

Но сейчас, когда сказка, рассказанная когда-то Учителем, стала для меня былью, я могу с уверенностью сказать, что все те несколько лет занятий были только началом пути для каждого из нас, маленькой тропинкой, ведущей к большой и широкой дороге. И у каждого эта тропинка своя, но проводник на ней один - это твой Учитель, который ведет тебя из темноты на свет. И только от твоего упорства и терпения будет зависеть станешь ли ты еще одной жемчужиной в его ожерелье или затеряешься среди стекляшек и бисера.

Время ужина пролетело очень быстро, почти незаметно. Нас угостили национальными литовскими блюдами: мы ели литовский борщ (холодный борщ со сметаной и отдельно горячая картошка – очень уникальное сочетание и изощренное удовольствие), пробовали различные салаты (литовские, греческие и какие-то там еще). Второе блюдо каждый выбрал себе сам. Учитель и Макс заказали «цыпленка табака». Мы долго смеялись, когда официант принес им этих бедных цыплят. Бедных птичек так расплющили по тарелкам, что их ножки торчали в разные стороны, а сами они были ужасно тонкими, почти плоскими, как будто их отутюжили тяжеленным утюгом. Мы заказали себе более скромное блюдо – шашлык из форели, зажаренный на огне камина. Вкус был просто великолепный, а свежеотжатый сок дополнял все это объедение.

Время пролетело незаметно. И пора было прощаться. Простившись с сэнсеем Фрейлихом (снова мы увидимся в августе на Фестивале в Ярославле) и новыми друзьями, мы вышли из ресторана и, обнявшись вчетвером, уставшие от впечатлений, но довольные и счастливые, пошли уже по ночным и тихим улицам Вильнюса. Это была наша последняя ночь в Литве, и хотелось запомнить все, что было связанно с этим прекрасным городом и его людьми. Придя домой, мы еще очень долго сидели и разговаривали о том, что с нами случилось за эти несколько дней.

* * *

Я благодарен своему Учителю, Моховой Ирине, Хомяковой Наталье за доверие, дружескую поддержку и предоставленную возможность по-иному взглянуть на нин-дзюцу.

Поездка на семинар в Вильнюс, занявшая у нас около пяти дней, оставила много незабываемых воспоминаний. Я хочу поделиться с читателями журнала некоторыми воспоминаниями, касающиеся непосредственно семинара, не выплескивая на бумагу эмоции от новых знакомств и посещений.

Семинар проводил Стефен Фрелихь – учитель германских, прибалтийских и русских последователь нин-дзюцу. В памяти об очередной встрече он вручил руководителю литовской организации – Зенонасу специально привезенную им из Японии, картину с изображением панды в ветвях сакуры и надписью: «Солнце светит всем, но не каждый замечает его лучи!»

Открывая семинар, Стефен Фрелихь обратил наше внимание на его важность. Средства массовой информации исказили образ ниндзя, заложив у миллионной аудитории ложное представление о нин-дзюцу. «Мы же, стремясь к правильному пониманию этого искусства, можем приобрести его только через общения с Учителем, посещения семинаров», - сказал Сенсей.

На семинаре была представлена базовая техника двух школ: Гёкко-рю коси-дзюцу и Такаги-ёсин-рю дзютай-дзюцу. На основе практического сравнения технических особенностей каждой школы, сенсей Фрелихь раскрывал нам принципы Такаги-ёсин-рю, указывал на то, что особенности этой школы нужно видеть в ее истории, так как в старину техника Такаги выполнялась в доспехах. Подчеркивая связь времен, сенсей использовал образ воина мотоциклиста в толстой кожанке и шлеме.

Демонстрируя работу с танто, Стефен Фрелихь советовал не отказываться от трудностей, не стремиться к грубому физическому уничтожению противника, так как этот «легкий» путь противоречит этическим принципам Такаги и Гёкко-рю.

Расшифровывая техники, Стефен Фрелихь часто обращал наше внимание на камаэ, выведения из равновесия, контроль конечностей … Помогола то, что техника процентов на 20-30 была уже знакома. В частности , с особенностями выполнения Кихон Хаппо по Гёкко-рю, а также таких ката: Рю-мунэ, До-гаэси. Я познакомился с ними на тренировках и семинаре в России. Сенсей не раз повторял, что нам необходимо расслабиться, раскрепостить наши тела, отпустить мысли, представить себя отдыхающим на пляже и в таком состоянии сосредоточиться на ощущениях, которые вызывает техника.

Особо хочу сказать о нашем Учителе – Алексее Германовиче. Учитель отрабатывал с нами всю показанную на семинаре технику, постоянно обращая наше внимание на нюансы и ошибки, помогал увидеть в технике принципы школы и при этом успевал ассистировать сенсею Фрелиху. Учитель схватывал все на лету, интуитивно чувствуя, на чем хотел заострить внимание сенсей Фрелихь, конечно, не упуская случая проявить свои артистические способности, поддерживая вокруг себя атмосферу юмора и взаимопонимания. Стефен Фрелихь даже сравнил своего ученика с «Хитрым лисом», а за понимание техники присвоил 3 Дан, и нам ярославцем было очень отрадно осознавать, что уровень мастерства нашего Учителя не перестает расти.

Домой мы приехали уставшие от избытка впечатлений, но умиротворенные, полные энергии и решительности. В Ярославле я еще долгое время мыслями переносился назад, в Вильнюс. Мое понимание Нинпо в очередной раз изменилось и, видимо, будет меняться с каждым хорошей тренировкой, с каждым семинаром. Вспоминаю, как сенсей Фрелихь сказал, что он 20 лет постигал тайны, которые хранит в себе Будзинкан, но их осталось еще не мало.

Нинпо Иккан!

Забнев Максим.

ЖИЗНЬ в «БУДЗИНКАН ТЭНГУ НИН-ДЗЮЦУ»

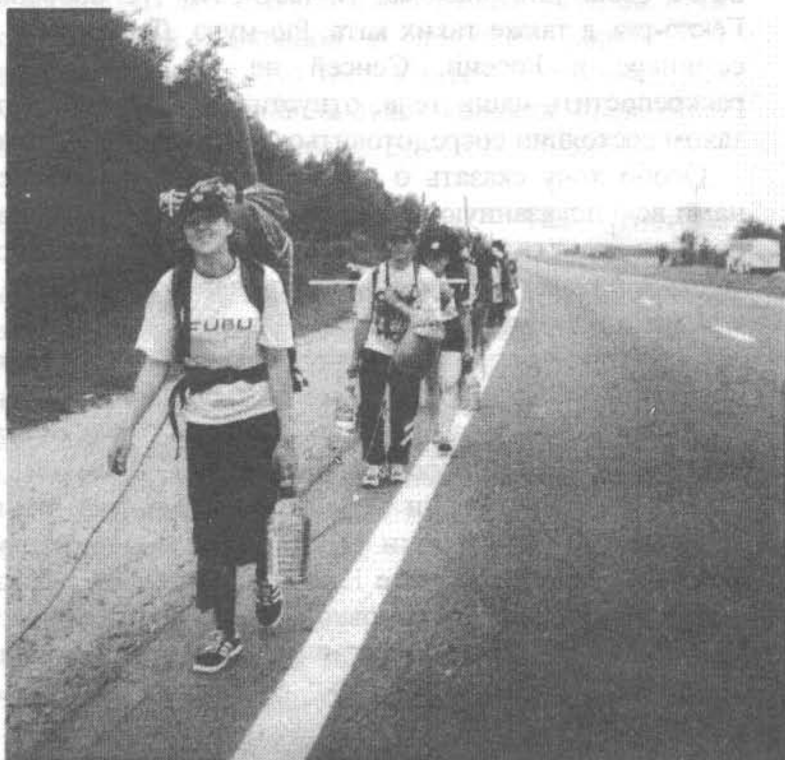
Выездной семинар 2002 года...

Хотелось бы немного рассказать о выездном семинаре этого года. Этот семинар с самого начала отличался от ранее состоявшихся семинаров. Главное отличие было в том, что мы уже знали, что этот семинар будет посвящен практике Мино Ири – восхождению в горы, где обитают Ками. Так как гор у нас нет, а только иногда встречаются крутые холмы и склоны, нам пришлось идти до них пешком по обычной дороге, автомобильной трассе. Только потом в самый последний момент, уже на исходе всех мыслимых и немыслимых сил карабкаться по склону оврага наверх под тяжестью неподъемных рюкзаков с бутылками питьевой воды и прочими дополнительными вещами. Но это описание нашего пути вкратце.

Нельзя с точностью до мельчайшей эмоции передать все, что произошло в первый день, но попытаться это сделать можно, хотя описание будет лишь неудачной и далеко неполной передачей событий и твоего внутреннего противоборства с самим собой.

Итак, первый день начался: утром мы вышли из «Молнии» и сделали первые шаги на предстоящей впереди дороге. Уже в зале многие из нас, взвалив на себя рюкзаки, поняли, что даже первые шаги дадутся с огромным трудом, а как долго нам идти до места лагеря никто не знал. Итак, первые шаги на пути в неизвестность были сделаны, назад пути уже не было. Хотя каждый мог в любой момент отказаться от этой авантюры, иначе это мероприятие назвать трудно. Вначале было легко, все шли кучей, которая постепенно вытягивалась в шеренгу и растягивалась на несколько метров назад. Появились первые отстающие. После первых двух-трех километров Учитель решил облегчить нам задачу: он привязал наши рюкзаки в одну цепочку и теперь, если отставал один, его приходилось тянуть всем.

Темп был задан достаточно быстрый, и через полчаса мы все сдохли. Когда мы остановились на маленький привал и сняли с плеч рюкзаки, наши майки можно было выжимать от пота: лучшего средства для сжигания жира еще не было придумано. В течение первого дня мы шли в одной цепи, рюкзаки давили на плечи, было тяжело, но очень хотелось дойти до места нашего расположения и упасть без сил, лежать под жгучим солнцем и наслаждаться долгожданным отдыхом. Но до этой минуты было еще мучительно долго. Да и другого выбора для нас уже просто не было.



Мы шли и в голове у меня возникали самые разные мысли: «Когда же привал? Пить хочу, ну, хотя бы маленький глоточек воды, может, будет легче? Посидеть бы чуть-чуть. Есть хочу, помидорку бы дали или яблочко, ну хоть самое маленькое».

Мысли были самые разные, они сбивали, расслабляли и тянули вниз. Хотелось просто сесть на землю и никуда больше не идти. В конце концов, пришлось просто разозлиться на саму себя и, скрипя зубами, попытаться сосредоточиться на дыхании и чтении заветной мантры. За этим занятием время стало проходить мимо сознания: вроде бы ты идешь, тебе по-прежнему тяжело, но в тоже время как будто все, что происходит в данный момент с тобой, происходит как бы и не с тобой. Вроде бы осознаешь, что это ты делаешь очередной шаг вперед, ты ноешь, но в тот же самый момент понимаешь, что все это проходит мимо тебя, как старая кинопленка, а ты просто идешь вперед.

Первый день был невыносимо длинным и утомительным: каждый отрезок пути давался с трудом, очередной привал не приносил желанного отдыха, а только делал дальнейший путь еще более утомительным. В первый день тяжело досталось всем без исключения: ребята просто падали от недостатка сил. И в очередной раз мы убеждались, насколько слаб наш дух. Потом ребята говорили, что когда они падали, то понимали, что силы еще есть, ноги могут идти, но сил заставить себя встать на ноги и сделать шаг вперед уже просто не хватало. Но вот когда сил у всех без исключения почти не осталось, Учитель сказал, что предстоит последний подъем, ради которого был проделан весь этот путь: впереди был почти вертикальный склон оврага, на который нам предстояло вскарабкаться каждому самостоятельно без посторонней помощи. Идти было неудобно: приходилось цепляться одной рукой за траву, корни деревьев и все, что только могло помочь вытянуть свое тело и рюкзак вперед. Но вот все осталось позади: взобравшись на гору и сев на ее краю, свесив ноги вниз, душа просто наслаждалась открывшейся картиной, а все, что было пережито, уже было в прошлом, забытое, но оставившее свой след.



Вечером первого дня мы разбили лагерь и уже в сумерках отправились искать речку из детства Учителя. Сделать нам это в тот день не удалось, но, искупавшись в Которосли и съев на ужин яблоко и помидор, мы вернулись в лагерь. Все очень устали, но вода смыла вместе с потом и грязью нашу усталость. В лагерь мы возвращались оживленные и воодушевленные пережитым.

Утром второго дня мы вновь отправились в странствие: за плечами был только рюкзак из спальника, в руках котелок с овощами. Предстояло еще одно путешествие без воды и почти без еды. Уходя из лагеря, мы не знали, вернемся ли мы сегодня обратно или будем ночевать в лесу под открытым небом. Спустившись к речке, мы сидели на ее берегу и мысленно помогали своим друзьям карабкаться по отвесной стене из земли и песка.





Мы помогали им в своем сердце, направляя всю свою силу, надежду и уверенность в своих способностях в их сердца. Не все смогли преодолеть эту преграду, но урок получил каждый: ничто не должно отвлекать человека в тот момент, когда его жизнь зависит только от него самого. Упавшее яблоко может быть поднято обратно треснутым, но пригодным для пищи, но повезет ли упавшему из-за яблока человеку подняться целым и способным действовать дальше.

Всю первую половину дня мы продвигались вдоль маленькой речки и вскоре были вознаграждены за свои усилия: мы нашли прекрасное для отдыха и занятий место. Несколько часов мы нежились под солнцем на берегу реки Котросль, купались, пили чай, беседовали и просто радовались минутам отдыха. Программа минимум на сегодняшний день, по словам Учителя, была выполнена. Через несколько часов мы вновь собрали свои спальники-рюкзаки и двинулись дальше. Мы бродили по буреломам почти в темноте. На небольшой полянке был сделан привал, а потом уже почти в темноте мы подошли к нашему лагерю, который оказался намного ближе, чем мы думали. В кустах нас ждала засада.

На следующий день наш лагерь переместился вниз к реке. В течение оставшихся дней мы тренировались: бегали, лазали по канатной дороге, пробовали разные методы маскировки в воде, тренировали технику – словом все было как всегда на выездном семинаре. Разница была в том, что после тяжелых первых двух дней, остальное время летело почти незаметно, но сказывалась только нарастающая с каждым днем усталость.

Каждый раз, проходя через трудности выездного семинара, преодолевая свои слабости и желания, убеждаюсь в том, как верно были сформированы Учителем Правила Додзе:

- на выездном семинаре мы поставлены в такие условия, что без чистоты сердца, свободного и открытого от наших мелочных обид и мыслей друг к другу, мы просто не смогли бы справиться с невзгодами, а вместе можно горы свернуть;
- продержаться на одних лишь физических силах невозможно: слишком тяжело и неуютно нашему изнеженному телу под гнетом, нависшим над головой.

Можно дальше говорить и приводить примеры, но я надеюсь, что каждый делает выводы для себя сам. И эти выводы воспринимаются не только узко, применительно к данной ситуации, но и дают более широкий взгляд на вещи и события. Одно из правил всей техники: «От одного к тысяче, а не от тысячи к одному». Нужно пытаться делать правильные выводы и суждения, иначе времени и возможности на рассмотрение каждой частности будет просто не хватать. Берегите свое время, оно бежит быстро и практически незаметно

Мохова.И



БУДЗИНКАН ДОДЗЕ ЯРОСЛАВЛЬ

Взгляд на себя сквозь слезы...

В воскресение, 21 апреля, состоялся тренировочный семинар, посвященный одному из разделов Юнан Тайсо – Юнан Ундо. Все знают, что такое Юнан Ундо, и поэтому с огромным нетерпением и затаенным в душе страхом мы ожидали его. Неслучайно Учитель в шутку назвал это мероприятие экзекуцией и выходом из застойного периода. Каждый из тех, кто побывал на этом занятии, наверное, никогда не забудет, что такое страх и боль и сколько сил нужно, в большей степени моральных, чтобы выдержать все и не отступить назад, поддавшись жалости к себе, нежному и горячо любимому.

Самое сильное впечатление от семинара: «Жутко больно!!! Но жутко классно!!!»

Впечатлений и неожиданных открытий для себя осталось очень много. В течении 7-8 часов мы тянулись и в это время перед моими глазами, как в старой кинопленке, прошло очень много событий, начиная с начала моего прихода в Додзе. Когда Учитель подходил и своим весом буквально придавливал тебя к полу, из глубины души всплывали все самые худшие воспоминания о малюсеньких травмах, которые когда-то были получены, начинали болеть суставы, ныть «порванные» раньше связки и сводить судорогой мышцы. Казалось, что в этот момент у этого человека нет жалости к тебе, но конечно, же только из любви и желания лучшего Учитель подвергает ученика испытаниям, в том числе и таким. Очень давно Учитель рассказывал, как именно он тренировался в начале своего Пути у своего первого Учителя. И сейчас мы только слегка к этому прикоснулись.

Ощущение физической боли практически не покидало тело в течении всего времени, вызывая в голове разные мысли, порой даже очень негативные. Самым тяжелым моментом был час шпагата. Малейшее движение вызывало такую резкую боль, что непроизвольно начинался щенячий скулеж. Слезы просто текли в три ручья по щекам и остановить их было сложно. Постепенно к ощущению натянутости в мышцах приходило привыкание и расслабление сознания, но когда Учитель раздвигал ноги еще дальше, все начиналось заново. Этот час показался мне самым длинным часом за всю жизнь. Но вот все позади: время вышло и можно было вздохнуть спокойно, расслабить натянутые мышцы и отдохнуть. Но оказалось, что все самое ужасное впереди. С каждым сантиметром сдвигания ног мышцы болели еще сильнее и резче. Хотелось уже просто сидеть и не двигаться вообще. Это было уже просто смешно. Сидение в шпагате причиняло ужасную боль, но выход из него по своим болевым ощущениям был еще ярче. Во время этого часа в моей голове прочно засела мысль и толкала к подъему: «Господи, что я делаю? В моем то возрасте пытаться сесть в шпагат и мучить себя для этого? Когда же закончится все это мучение и за чем я только на это согласилась? Проклятое любопытство до добра не доводит.» Под напором жалости к себе и боли хотелось просто встать и выйти. Но мысль о том, что рядом сидят и также мучаются мои друзья и ученики приковывала к месту и давила на Эго: «Вставай, вставай, сдайся. Кем же ты будешь выглядеть в их глазах? Как сможешь тренировать и учить их дальше, если сама не можешь потерпеть немного». И приходилось лить слезы и терпеть. Боль, конечно, большой стопор в нашем развитии, но еще больший тормоз - наш разум и его мысли. Когда нам очень больно, нужно уметь заставить себя делать что-то дальше, а мы не можем, жалеем себя, придумываем отмазки разные, просто не хотим немного захотеть чтобы все получилось. К трудностям нужно быть

готовым не столько физически, сколько психологически. В конце концов подвергая свое тело мучениям для того чтобы оно стало послушным и умелым инструментом, понимаешь, что физическая оболочка очень слаба и находится под влиянием такого же слабого духа. Чтобы изменить в себе что-то, необходимо начать со своей души, и только потом может что-либо начнет получаться.

Семинар закончился около 17 часов. До 10 часов вечера наверное никто бы не дожил. После душа мы сидели и пили чай, смотрели фильм «Телохранитель». Все тело болело, сидеть на полу было неудобно, но душа радовалась, что ты смог пройти еще через одно испытание. Не знаю, найду ли я силы, чтобы снова пройти через это, но если «экзекуция» повторится вновь, я там буду.

Ирина М.

Великий Элемент Ка.

В эти выходные прошел семинар по Камаэ-но ката великого Элемента Ка. Это был первый семинар, отличный от всех остальных. Впервые мы очень мало тренировались, большей частью тренировка проходила в виде беседы с Учителем и друг с другом.

Мы все собрались около школы № 66, но ни Учителя, ни ребят, которые занимаются в этой школе – никого не было. Оказалось, что семинар в Додзе, а не в школе. Когда мы приехали в зал, то около двух часов семинара уже прошло. Ребята уже успели немного поработать и сидели разговаривали с Учителем. Сначала было довольно трудно вникнуть в разговор, но постепенно мы присоединились к остальным.

Для меня этот семинар был просто полон неожиданностей. Учитель попросил Алексея Ханова закричать на стену, вот так, вдруг, ни с того ни с сего. Я представила в тот момент себя на месте Алексея и подумала, а смогла бы я это сделать? Взять и закричать на стену? И решила, что если бы смогла, то, наверное, в ход пошли бы все те выражения, коими богат наш великий язык, и, как только я об этом подумала, сработал внутренний тормоз: «как я могу сказать такое?» «Нет, не смогу!»

Мы долго разговаривали, обсуждали самые разные вопросы, и, тем не менее, не уходили от темы семинара. О чем бы мы ни разговаривали, всегда возвращались к исходной точке – Элемент Ка.

Следующим заданием теперь уже для всех нас было, резко вскочив с места, побежать с диким криком на противника. Мне не удалось попробовать это. Ребята сидели и долго концентрировались, собираясь с мыслями, и потом, резко выпрыгивая, бежали. Это моя субъективная точка зрения, но мне показалось, что получилось лишь один или два раза. В остальных случаях это выглядело не естественно, не было той ярости, ненависти, огня, безумия. На второй день семинара мы пробовали сделать то же самое. У меня не получилось, я не почувствовала присутствие Огня, сметающего всё на своем пути, захватывающего сознание. Я полностью осознавала, что творю и что делаю. Зато Александр Котенев смог прочувствовать это состояние со всей полнотой ощущений. Присутствие Элемента Огня можно было увидеть в нем сразу: раскрасневшееся лицо, сжатые в кулаки руки, в глазах злость и ненависть.

Зато следующее задание Учителя я поняла, и прочувствовала, что такое состояние аффекта. Мы по очереди выходили в центр зала и с криком быстро наносили удары. Когда вызвали меня, то я подумала, что я не смогу так, тем более что всем было очень весело. Собравшись с силами, я с диким криком стала наносить удары. Эти несколько секунд я практически не помню. Я не видела, куда бью, не знала, откуда прорезался этот звучный голос, да и вообще не задумывалась о том, что делаю. Мне казалось, что это кричу не я, звук вырывался откуда-то изнутри, из груди. Лишь когда вернулось сознание, я остановилась. По словам очевидцев, это

было что-то. Я почувствовала какую-то пустоту внутри и долго приходила в себя после этого; некоторое время не было вообще никаких эмоций, даже не хотелось смеяться над другими. Раньше я видела людей в состоянии аффекта, но сама никогда не испытывала этого чувства, до этого семинара.

Не только я почувствовала Элемент Огня в сердце. Когда ребята выходили и начинали кричать, меня переполняли совершенно противоположные чувства. С одной стороны это выглядело очень смешно – вроде нормальные здоровые люди, а тут вдруг кричат как сумасшедшие и машут кулаками. А с другой стороны – смотришь на человека и даже дрожь по телу, просто не вериться, что он может быть таким. Улыбка сразу пропадает, и становиться жутко от этого зрелища, даже представить страшно человека в таком состоянии на улице.

Каждый из нас поработал таким образом не более десяти секунд, но хватило и этого, чтобы выложиться полностью. Через некоторое время стала болеть голова, сел голос. Мы за весь семинар занимались не более двух часов, все остальное время мы разговаривали. Но устали больше, чем если бы была обычная тренировка.

Многое из того, о чем говорил Учитель, есть и в моей жизни, особенно то, что касается родителей, как будто точная копия. В таких беседах мы узнаем много нового, не просто о жизни, а о Нин-дзюцу, о его применении в повседневной жизни. Зная проявления Элементов на самом себе, научаешься познавать их в поведении окружающих. Можно стать не только хорошим психологом, но даже манипулировать поведением человека.

На этом семинаре мы занимались и аутотренингом и духовными практиками, развивая в себе поток энергии Ки. Хотя тренировка закончилась, я по-прежнему оставалась под влиянием этого Элемента: напряжение мышц, некоторая озлобленность, частый пульс. Мне кажется, что если бы не аутогенная тренировка, мы долго бы ещё не смогли отойти от ощущения Элемента Огня.

Я думаю, что этот семинар оставил отпечаток в сердце каждого, кто был там. Я многое узнала, прежде всего о самой себе, о том, какая я на самом деле, какой могу быть.

Львова А.



ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «БУДЗИНКАН ТЭНГУ НИН-ДЗЮЦУ»

ПЛАН-ГРАФИК ОБУЧЕНИЯ

НА 2002 ГОД

Bujinkan Budo Taijutsu

Месяц	Число	Место проведения	Семинар проводит	Организатор
	2	3	4	5
Февраль	16-17	г. Москва	Самохин А. Н. Мастер нин-дзюцу (2 Дан)	Мезер В. В. г. Москва А/я № 65 т. 731-35-55 (095)
Апрель	20-21	г. Ярославль Базовый 1/4 Камаэ-но ката	Локанов А. Г. Мастер нин-дзюцу (3 Дан)	Локанов А. Г. г. Ярославль А/я № 442 т. 46-03-38 (0852)
Май	25-26	г. Калуга	Мезер В. В. Мастер нин-дзюцу (2 Дан)	Самохин А. Н. г. Калуга А/я № 166 т. 56-82-67 (0842)
Август	10 - 11	г. Ярославль	Мастера Нин-дзюцу: Steffen G. Frohlich (10 Dan) Sui Gyo Menkyo Kaiden)	Локанов А. Г. г. Ярославль А/я № 442 т. 46-03-38 (0852)
Сентябрь	28-29	г. Ярославль Базовый 2/4 Годай-но ката	Локанов А. Г. Мастер нин-дзюцу (3 Дан)	Локанов А. Г. г. Ярославль А/я № 442 т. 46-03-38 (0852)
Ноябрь	17-18	г. Москва	Локанов А. Г. Мастер нин-дзюцу (3 Дан)	Мезер В. В. г. Москва А/я № 65 т. 731-35-55 (095)
Декабрь	28-29	г. Ярославль Базовый 3/4 Кихон Хаппо	Локанов А. Г. Мастер нин-дзюцу (3 Дан)	Локанов А. Г. г. Ярославль А/я № 442 т. 46-03-38 (0852)

P. S: Желающие посетить Семинары, должны уведомить организатора заранее о своем приезде и зарегистрироваться.

Стоимость семинаров: от 150 рублей, для не членов организации: от 200 до 300 рублей
Стоимость Фестиваля для членов организации: от 50 $ до 100 $.

Общественная Организация "Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу" желает Всем успехов в тренировках, пусть сбудутся Ваши мечты, счастья, здоровья и правильного Пути к постижению нин-дзюцу.

С новым 2002 годом дорогие друзья!

С Уважением к Вам

Самохин А. Н.
Мезер В. В.
Локанов А. Г.

<u>НИН ПО ИККАН!</u>

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «БУДЗИНКАН ТЭНГУ НИН-ДЗЮЦУ»

ПЛАН-ГРАФИК ОБУЧЕНИЯ

НА 2002 ГОД

Bujinkan Budo Taijutsu

Месяц	Число	Место проведения	Семинар проводит	Организатор
1	2	3	4	5
Февраль	16-17	г. Москва	Самохин А. Н. Мастер нин-дзюцу (2 Дан)	Мезер В. В. г. Москва А/я № 65 т. 731-35-55 (095)
Май	25-26	г. Калуга	Мезер В. В. Мастер нин-дзюцу (2 Дан)	Самохин А. Н. Г. Калуга А/я № 166 т. 56-82-67 (0842)
Август	10 - 11	г. Ярославль	Мастера Нин-дзюцу: Steffen G. Frohlich (10 Dan) Sui Gyo Menkyo Kaiden)	Локанов А. Г. г. Ярославль А/я № 442 т. 46-03-38 (0852)
Ноябрь	17-18	г. Москва	Локанов А. Г. Мастер нин-дзюцу (3 Дан)	Мезер В. В. г. Москва А/я № 65 т. 731-35-55 (095)

P. S: Желающие посетить Семинары, должны уведомить организатора заранее о своем приезде и зарегистрироваться.

Стоимость семинаров: от 150 рублей, для не членов организации: от 200 до 300 рублей
Стоимость Фестиваля для членов организации: от 50 $ до 100 $.

Общественная Организация "Будзинкан Тэнгу Нин-дзюцу" желает Всем успехов в тренировках, пусть сбудутся Ваши мечты, счастья, здоровья и правильного Пути к постижению нин-дзюцу.

С новым 2002 годом дорогие друзья!

С Уважением к Вам

Самохин А. Н.
Мезер В. В.
Локанов А. Г.

НИН ПО ИККАН!

BUJINKAN TENGU NINPO TAIJUTSU

МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "БУДЗИНКАН ТЭНГУ НИН-ДЗЮЦУ"

Центр Додзе:

150010
г. Ярославль
ул. Пирогова 10-19
(а\я № 442)
Локанов. А. Г.
Тел. (0852)
46-03-38; 44-59-93.

Московский филиал:

119633
г. Москва
а\я № 65
Мезер В. В.
Тел. (095)
731-35-55.

Калужский Филиал:

248016
г. Калуга
а\я № 166
Самохин А. Н.
Тел. (0842)
56-82-67.